

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian pendidikan secara umum yang mengutamakan aktivitas gerak sebagai media dalam pembelajaran. Penjas juga merupakan pendidikan yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan lainnya. Melalui penjas aspek-aspek yang ada pada diri siswa dikembangkan secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Secara umum tujuan penjas dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori yaitu: 1) perkembangan fisik, 2) perkembangan gerak, 3) perkembangan mental dan, 4) perkembangan sosial".

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan telah menjadi salah satu pelajaran yang dimasukkan dalam kurikulum pendidikan yang dilaksanakan di semua lembaga pendidikan baik di sekolah SD/MI, SMP/MTS, SMA/MA/SMK. Lempat cakram merupakan salah satu olahraga atletik dan merupakan bagian dari salah satu mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Dalam mengajarkan materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan seorang guru harus bisa menyesuaikan materi sesuai dengan kondisi atau karakteristik anak sekolah yang memiliki kekhasan dalam bersikap yang diungkapkan melalui bermain. Karakteristik siswa inilah yang harus diangkat untuk menjembatani antara keinginan guru dan anak, serta guru harus mampu menerapkan model pembelajaran

yang baik dan tepat sesuai dengan perkembangan anak didik. Banyaknya model pembelajaran menuntut seorang guru pendidikan jasmani memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang model-model pembelajaran.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui penggunaan alat modifikasi merupakan salah satu karakteristik model pembelajaran yang dapat diterapkan dalam pembelajaran penjas. Adanya model pembelajaran dengan alat modifikasi, seorang guru penjasorkes harus menguasai dan memahaminya dan dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani seorang guru harus aktif menciptakan suasana pembelajaran yang sebaik mungkin agar motivasi belajar siswa dapat meningkat. Kemampuan seorang guru membangkitkan motivasi siswa dalam belajar, maka tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Dalam upaya peningkatan teknik dasar lempar cakram siswa tidak harus dituntut untuk menjadi atlet yang berprestasi melainkan agar anak dapat memahami dengan baik cara melakukan teknik dasar lempar cakram. Dalam hal ini guru yang berperan penting dalam proses belajar mengajar mengenai teknik dasar lempar cakram agar siswa dapat melakukan gerak dengan baik dan benar.

Model pembelajaran dengan alat modifikasi dibutuhkan kreatifitas dan inisiatif guru penjas untuk menciptakan kegiatan belajar mengajar yang beraneka ragam. Selain itu juga, pembelajaran yang dilaksanakan harus efektif agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Dan hal yang tak kalah pentingnya, seorang guru harus mampu menciptakan kondisi pembelajaran yang menyenangkan bagi

siswa dalam belajar, sehingga siswa responsif dengan pembelajaran yang diterimanya, sehingga tujuan pembelajaran akan tercapai secara optimal. Model pembelajaran dengan alat modifikasi dilakukan agar siswa terlibat aktif dalam kegiatan pembelajaran. Keaktifan siswa dalam proses pembelajaran sangat penting, sehingga tujuan pembelajaran akan dapat tercapai dengan baik dan efektif.

Hasil survei yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa tingkat penguasaan teknik dasar dalam mengikuti pembelajaran lempar cakram masih rendah sehingga perlu di tingkatkan. Pembelajaran penjas di sekolah SMA Negeri 1 Limboto sesuai dengan penelitian selama melaksanakan PPL II dalam pengajarannya guru menerangkan materi pelajaran yang diajarkan, kemudian memberikan contoh dan siswa harus mengulang-ulang sampai materi yang dipelajari dikuasai siswa. Jika materi belum dapat diselesaikan, maka pada pertemuan berikutnya diulang kembali. Pembelajaran seperti ini sangat monoton, siswa merasa jenuh, siswa harus mengikuti semua instruksi dari guru, bahkan terkadang siswa merasa takut dengan gurunya bila tidak dapat melaksanakannya. Pembelajaran pendidikan jasmani yang monoton disebabkan oleh beberapa hal di antaranya kurangnya sarana mendukung dalam hal ini adalah alat lempar cakram yang dipakai hanya beberapa alat saja sehingga tidak semua siswa dapat melakukan teknik dasar lempar cakram. Kegiatan-kegiatan pembelajaran lempar cakram yang monoton akan berdampak pada motivasi belajar menurun. Jika dalam belajar penguasaan materi siswa menurun, maka tujuan pembelajaran tidak dapat dicapai secara maksimal, model pembelajaran seperti ini kurang efektif karena akan berdampak pada kurangnya pengetahuan siswa tentang

pendidikan jasmani yang telah tercantum dalam kurikulum pendidikan terutama tentang teknik dalam pembelajaran lempar cakram dan tiba saat evaluasi mata pelajaran maupun ujian praktek hanya beberapa siswa saja yang mampu melakukan teknik melempar cakram. Adapun hasil yang diperoleh dari kegiatan selama melakukan PPL II mengenai pembelajaran tentang teknik dasar lempar cakram yaitu dari jumlah 26 orang dalam 1 kelas 8 orang siswa berada dalam kategori “cukup baik” dan 18 orang berada dalam kategori “kurang baik”.

Menerapkan model pembelajaran yang tepat adalah sangat penting dalam pembelajaran lempar cakram pada siswa-siswa di sekolah. Dengan model pembelajaran yang baik dan tepat, direncanakan dengan baik, disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik siswa, aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan, maka pembelajaran penjas akan berjalan dengan baik dan tujuan pembelajaran akan tercapai. Di samping itu juga, siswa akan termotivasi dalam belajarnya, merasa senang karena bentuk pembelajaran yang dilakukan sesuai dengan kondisi dirinya. Tetapi sebaliknya, jika pembelajaran tidak sesuai dengan kondisi dan karakteristik siswa, maka siswa akan merasa bosan dan jenuh, siswa akan malas melaksanakan tugas ajar, sehingga penguasaan materinya menurun. Bagaimanakah model pembelajaran pendidikan jasmani khususnya nomor cabang lempar cakram pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Limboto, apakah model pembelajaran dengan menggunakan alat modifikasi sudah diterapkan secara optimal ataukah sebaliknya, belum mengetahui model pembelajaran dengan modifikasi alat. Untuk mengetahui sejauh mana optimalisasi penerapan model pembelajaran dengan

modifikasi alat, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, "Meningkatkan Kemampuan Dasar Teknik Lempar Cakram Pada Cabang Olahraga Atletik Melalui Penggunaan Alat Modifikasi Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Limboto".

1.2 Rumusan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah penggunaan alat modifikasi dapat meningkatkan kemampuan dasar teknik lempar cakram pada cabang olahraga atletik pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Limboto?.

1.3 Cara Pemecahan Masalah

Kurangnya kemampuan siswa kelas X SMA Negeri 1 Limboto terhadap teknik dasar lempar cakram dapat ditingkatkan melalui strategi pembelajaran modifikasi dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Guru melakukan apersepsi yang bertujuan menggali pengetahuan dan keterampilan siswa
2. Guru memberikan motivasi dan menyampaikan tujuan pembelajaran
3. Guru menyediakan alat pembelajaran yang dimodifikasi
4. Guru menjelaskan cara, manfaat alat dalam proses pembelajaran
5. Guru menugaskan siswa untuk melakukan kegiatan lempar cakram dengan memanfaatkan alat yang telah dimodifikasi.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan teknik dasar lempar

cakram pada cabang olahraga atletik siswa kelas X SMA Negeri 1 Limboto dengan penggunaan alat modifikasi.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini adalah mendapatkan pengetahuan baru tentang cara meningkatkan kemampuan teknik pada pembelajaran lempar cakram dengan menggunakan alat modifikasi. Pembelajaran lempar cakram dengan alat modifikasi juga dapat dipergunakan sebagai media alternatif bagi guru Penjas di sekolah lain dalam meningkatkan penguasaan teknik atau materi yang lebih efektif dan menyenangkan bagi siswa yaitu melalui model pembelajaran dengan modifikasi alat sehingga siswa dapat meningkatkan keterampilan olahraganya. Hasil penelitian ini dapat dipergunakan untuk referensi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan hal yang sama.

2. Manfaat Praktis

Melalui model pembelajaran dengan alat modifikasi, kemampuan dasar teknik dalam pembelajaran lempar cakram diharapkan siswa lebih bersemangat dan terpacu dalam mengikuti pelajaran di sekolah dan dapat mengembangkan prestasi siswa dalam olahraga lempar cakram. Penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi guru Penjasorkes di SMA Negeri 1 Limboto yaitu bahwa model pembelajaran dengan penggunaan alat modifikasi dapat meningkatkan kemampuan teknik

siswa, sehingga dapat mendukung pencapaian prestasi belajar secara maksimal, khususnya penguasaan teknik dasar lempar cakram. Dan dari penelitian ini diharapkan bagi kepala sekolah dapat menyediakan sarana dan prasarana pembelajaran khususnya pengembangan media pembelajaran olahraga. Penelitian ini juga dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain yang berhubungan dengan objek yang sama.